

marienlyst-karateklubb.no

Vil du lære selvforsvar
og få økt selvtillit?

Tren karate med de beste!

Karate er en allsidig treningsform som handler om koordinasjon og selvkontroll, toleranse og respekt. Karate er krevende, men også givende.

Tar du en utfordring?

Opptak for nybegynnere
i januar/februar og august/september

Drammen vg.skole onsdag 18 januar.
kl.17.00

Hovedinngangen, til venstre, Sal 1

Møt opp i vanlig treningstøy



Marienlyst Karateklubb

kan tilby trening med en av Europas beste instruktører, Poh Lim 6.dan. Han er også landslagstrener, og klubben har flere på landslaget i tillegg til årets Norgesmestere i kata og kumite(kamp)!

Vi kan derfor by på instruksjon med kvalifiserte instruktører i et utvirkende miljø.



marienlyst-karateklubb.no

Vil du lære selvforsvar
og få økt selvtillit?

Tren karate med de beste!

Karate er en allsidig treningsform som handler om koordinasjon og selvkontroll, toleranse og respekt. Karate er krevende, men også givende.

Tar du en utfordring?

Opptak for nybegynnere
i januar/februar og august/september

Drammen vg.skole onsdag 18 januar.
kl.17.00

Hovedinngangen, til venstre, Sal 1

Møt opp i vanlig treningstøy



Vi kan derfor by på instruksjon med kvalifiserte instruktører i et utvirkende miljø.



Marienlyst Karateklubb

kan tilby trening med en av Europas beste instruktører, Poh Lim 6.dan. Han er også landslagstrener, og klubben har flere på landslaget i tillegg til årets Norgesmestere i kata og kumite(kamp)!

Vi kan derfor by på instruksjon med kvalifiserte instruktører i et utvirkende miljø.

marienlyst-karateklubb.no

**Vil du lære selvforsvar
og få økt selvtillit?**

Tren karate med de beste!

Karate er en allsidig treningsform som handler om koordinasjon og selvkontroll, toleranse og respekt. Karate er krevende, men også givende.

Tar du en utfordring?

**Opptak for nybegynnere
i januar/februar og august/september**

Drammen vg.skole onsdag 18 januar. kl.17.00
Hovedinngangen, til venstre, Sal 1

Møt opp i vanlig treningstøy

Se info på vår hjemmeside: www.marienlyst-karateklubb.no



Marienlyst Karateklubb

kan tilby trening med en av Europas beste instruktører, Poh Lim 6.dan. Han er også landslagstrener, og klubben har flere på landslaget i tillegg til årets Norgesmestere i kata og kumite(kamp)!

**Vi kan derfor by på instruksjon
med kvalifiserte instruktører
i et utviklende miljø.**

